



Das besondere Trainingserlebnis im Element Wasser ist für jedes Leistungslevel und jede Altersklasse geeignet.

Eine Mischung aus Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit werden hier ebenso trainiert, wie die koordinativen Fähigkeiten und die Entspannungsfähigkeit.

Neben der gelenkschonenden und entlastenden Wirkung des Wassers, gibt es ein sehr geringes Verletzungsrisiko und Bewegungen werden völlig neu erlebt. Für die erfolgreiche und ansprechende Durchführung eines Wasserkurses ist es notwendig, die Besonderheiten des Elementes Wasser und des Aquatrainings zu verstehen und entsprechend umzusetzen.

#### Themen des Kurses:

- Physikalische Grundlagen des Wassers sowie spezifische Trainingslehre
- Aufbau und Durchführung eines zielorientierten und abwechslungsreichen Aquakurses
- Professionelle Anleitung von Aquakursen/ Trainerkompetenzen
- Erleben und Wahrnehmen des Aquatrainings entsprechend unterschiedlicher Belastungsformen
- Optimale Belastungsgestaltung
- Kennenlernen der Trainingsformen und zielgruppenspezifische Anpassung
- Gelungene Verbindung von Theorie- und Praxisblöcken zur optimalen Anwendung des Gelernten
- Modellstunden/ Stundenbilder live erleben (Aqua-HIT, Aqua-Dance, Aqua-Intervall)

#### ZPP-Anerkanntes Kurskonzept:

Der Kurs ist bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) anerkannt.

Nach dem Kurs kann auf unser zertifiziertes Kurskonzept zugegriffen werden. Das ermöglicht einen direkten Start der eigenen Kurse und die Kursleitung nach Vorgaben und Zertifizierung nach §20 SGB V und der ZPP (Zentrale Prüfstelle Prävention).

<b>Leitung</b>	Lehrteam der scí
<b>Kursgebühr</b>	300,00 €
<b>Beginn</b>	13.09.2026
<b>Ende</b>	14.09.2026
<b>Kurszeiten</b>	So. 13.09. bis Mo. 14.09., 09:00 - 16:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Lohnerhofstraße 2, 78467 Konstanz
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseur, Heilpraktiker, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
<b>Fortbildungspunkte</b>	15